

# Obsah

Plavání v bazénu

Na jak dlouho se data ukládají?

Prevence ztráty dat na nositelném zařízení

Měření tepové frekvence

Měření tepové frekvence během cvičení

Nepřetržité sledování tepové frekvence

Měření klidové tepové frekvence

Upozornění na překročení limitu tepové frekvence

Měření hladiny kyslíku v krvi (SpO<sub>2</sub>)

Zobrazení Bluetooth názvu, adresy MAC a sériového čísla

Jak spárovat náramek s telefonem

Jak připojit náramek k jinému chytrému telefonu

Funkce dostupné v náramku, pokud není připojen k telefonu

Ikony (HONOR Band 4)

Ikony (HONOR Band 5)

Změna ciferníků

Nastavení Časovače

Krytí proti vodě a prachu

Sledování spánku

Gesta

Úprava jasů obrazovky

Připomenutí zpráv

Nošení náramku

Úprava nebo výměna řemínku

- Zobrazení informací o verzi
- Aktualizace náramku
- Zahájení cvičení
- Zapnutí a vypnutí / restartování náramku
- Obnovení výchozího nastavení náramku
- Nastavení Chytrého budíku
- Nastavení Budíku události
- Synchronizace budíku s telefonem
- Zprávy o počasí
- Hledání telefonu pomocí náramku
- Stopky
- Nabíjení náramku
- Čištění a péče
- Nastavení časového pásma a jazyka
- Zaznamenávání údajů o aktivitě
- Synchronizace počtu kroků s aplikací WeChat
- Umí náramek zaznamenat počet kroků, když si strčím ruku, na které mám náramek, do kapsy?
- Zobrazení zpráv
- Odstraňování zpráv
- Příchozí hovory
- Dálkové ovládání fotografování
- Ovládání přehrávání hudby

# Plavání v bazénu

**Keywords:** Plavání, Plavání v bazénu, Bazén, Kola, Plavecká tempa, Frekvence, SWOLF, Zamčená obrazovka  
**OS version:** 不涉及系统版本

Náramek je vodotěsný do 50 m a můžete jej nosit při plavání v bazénu. Díky 6osému čidlu pohybu dokáže náramek rozpoznat styly plavání, jako je motýlek, znak, volný styl a prsa, stejně jako zaznamenávat spálené kalorie, počet záběrů, rychlost, frekvenci přitahování rukou, počet kol, vzdálenost a průměr SWOLF.

- 1** Potáhněte prstem na domovské obrazovce náramku nahoru nebo dolů a přejděte na obrazovku **Cvičení**.
  - 2** Potáhněte prstem na obrazovce dolů a klepněte na možnost **Plavání v bazénu**. Klepněte na ikonu Nastavení, poté klepněte na možnost **Cíl** a přizpůsobte své cíle pro kola, dobu trvání a počet kalorií. Klepněte na možnost **Délka bazénu**, pokud chcete nastavit délku bazénu. Poté klepnutím na ikonu Začít zahájíte cvičení. Vaše data o cvičení budou zaznamenávána po skončení odpočtu.
  - 3** Obrazovka náramku se při plavání automaticky zamkne.
  - 4** Při plavání můžete provádět následující:
    - Pro zobrazení aktuálních dat zapněte obrazovku, odemkněte obrazovku podle pokynů na obrazovce a poté potažením po obrazovce doprava nebo klepnutím na tlačítko Domů přepínejte mezi obrazovkami a zobrazte si aktuální data o délce, vzdálenosti, počtu kalorií a průměrné rychlosti.
    - Pokud chcete cvičení pozastavit nebo ukončit, zapněte obrazovku, odemkněte obrazovku podle pokynů na obrazovce, klepněte na tlačítko Domů a podržte jej po dobu 2 sekund, tím cvičení pozastavíte. Poté klepnutím na odpovídající možnosti na obrazovce v cvičení pokračujte nebo jej ukončete.
  - 5** Po plavání můžete provádět následující:
    - Potáhnout prstem na obrazovce nahoru nebo dolů, abyste si zobrazili podrobnosti údajů o kondici, včetně hlavního stylu, vzdálenosti, délce trvání, průměrné rychlosti, počtu kalorií, počtu temp, rychlosti temp, průměrného SWOLF, kol a délky bazénu.
    - Když je váš náramek připojen k aplikaci Huawei Health, můžete si podrobné údaje o plavání zobrazit na kartě **Záznamy o cvičení** v aplikaci Huawei Health.
- i** • Během plavání není sledování tepové frekvence k dispozici.
- Délku bazénu pro plavání v bazénu lze nastavit, a to v rozmezí 15 až 60 metrů.

# Obsah je uzamčen

**Dokončete, prosím, proces objednávky.**

**Následně budete mít přístup k celému dokumentu.**



**Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:**

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne\*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

*\*) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!